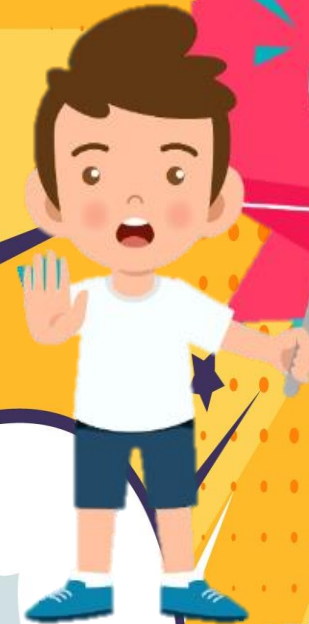


¡POR UNA CONVIVENCIA SANA Y ARMÓNICA EN LAS ESCUELAS!

ANTES DE ACEPTAR UN RETO O HACER UNA BROMA:

**¡Considera los riesgos
y consecuencias de tus
acciones!**



#EVITARETOSVIRALES

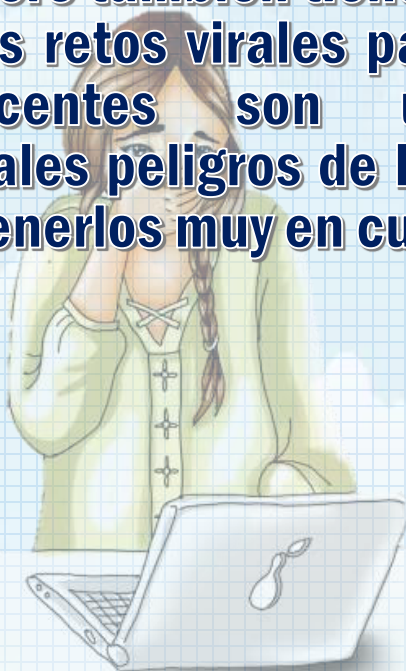


CONTENIDO:

1. ¿Qué es un Social challenge o reto viral?
2. ¿Qué peligros existen al realizar los retos virales?
3. ¿Qué hacer para prevenir los retos virales en redes Sociales?

Oye...

Los niños y adolescentes como tú están cada vez más en Internet, lo que permite tener muchas ventajas, desarrollar la creatividad o acceder a herramientas que te ayudan a practicar matemáticas, idiomas, etcétera, pero también tiene muchos riesgos. Los retos virales para niños y adolescentes son uno de los principales peligros de Internet y debemos tenerlos muy en cuenta.



¡Recuerda!

los retos virales...

Ponen en riesgo
la integridad, salud
y vida de las alumnas
y los alumnos.
¡Son peligrosos!
No son divertidos.

#EVITARETOSVIRALES



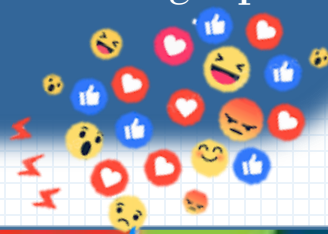
1

Pero...

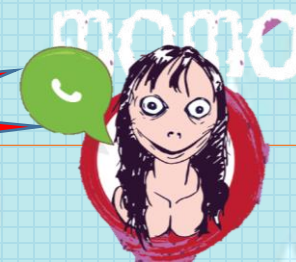
¿Qué son los retos virales?



Los retos virales son vídeos o acciones que se hacen populares en internet como “juegos entre amigos” y que muchos niños y adolescentes copian para subir su propia versión y llegar al máximo número de seguidores posibles, invitándolos a hacer lo mismo. Esto supone un alto riesgo para quien los acepta, ya que suelen ser retos peligrosos, violentos o que incitan a atentar contra la salud, además de **problemas relacionados con el robo de información de los menores**; los retos pueden provocar ansiedad y depresión. Recuerda, la vida no se trata de conseguir likes, ser popular o integrarte en un grupo de supuestos “amigos”.



¿Qué es Momo?



Reto de Momo: es un falso reto viral utilizado por los ciberdelincuentes, un tenebroso personaje que seguro has visto alguna vez y que incita a cometer todo tipo actos:



Si respondes

Se reciben mensajes o imágenes violentas, aterradoras e incluso tu información personal y de las personas que conoces puede ser hackeada.



Consecuencias

Robo de datos que el delincuente utiliza para extorsionar a tu familia, intentar seguirte o hacerte algún daño, lo que te puede colocar en un estado emocional de riesgo.



Este reto suele enviarte amenazas de muerte si no compartes su contenido.



2

¿Qué peligros existen al realizar retos virales?

Momo es uno de los muchos retos que se han viralizado en Internet, que están a tu alcance. Esto no sólo supone un riesgo para tu privacidad en redes sociales, sino que el riesgo va más allá, pues **ponen en riesgo tu salud y tu vida.**

¡NO TE ARRIESGUES!

Actualmente se han organizado espacios de reflexión con adolescentes partiendo de la diferencia entre los retos personales para superarse así mismos y aquellos que son asumidos para encajar en algún grupo.

Esto respondieron a la pregunta:

¿Cuál es el atractivo? ➡



“...porque están en tendencia y por la curiosidad”.



“...tenemos que ver qué reto nos puede llevar a pasar un buen momento y qué pone en riesgo nuestra salud mental y física”



“A los chicos normalmente nos gustan los retos porque podemos medir agilidad, fuerza y resistencia. Lo importante es saber diferenciar entre un reto bueno y otro malo que nos pone en riesgo porque atenta contra nuestra propia vida”



“Haces los retos porque sientes que estás solo y no encajas. Te quieres unir a un grupo de personas. Esas personas te retan a que hagas tal cosa, algo peligroso. No hay que dejarse llevar por eso. Te tienes que aceptar a ti mismo.”

Checa...

Ser adolescente es un reto; en esta etapa se viven desafíos que permiten el crecimiento, la madurez, superar obstáculos en la vida y a entender el entorno. Puedes tener los retos personales constructivos que desees y no aquellos que otra persona te imponga.

¿Consideras que todos los retos son perjudiciales?

¿Qué retos constructivos se te ocurren?



¡APRENDER UN IDIOMA?

- ★ Enriquecerá tu vida
- ★ Aumento de memoria
- ★ Mejor toma de decisiones
- ★ Viajar se volverá importante
- ★ Te verás más interesante
- ★ Estudiar/trabajar en otro país.



¡PREPARAR UN RICO PLATILLO?



- ★ Aprenderás a ahorrar dinero
- ★ Comerás más sano
- ★ Ayudarás en casa
- ★ Te olvidarás del estrés
- ★ Puede ser cocina japonesa, italiana o vegana
- ★ Puedes presumirlos siempre en tus redes

¡HACER EJERCICIO?

Está de sobra mencionarte los beneficios de hacer ejercicio constantemente, sin embargo puedes tener la seguridad de que tu familia y amigos se darán cuenta de lo bien que luces.

RETOS
SANOS

★AUMENTAN TU
CREATIVIDAD

★TE CONOCES
MEJOR A TI MISMO

★PUEDES
DESCUBRIR NUEVAS
AFICIONES

★DEFINITIVAMENTE
SERÁS ALGUIEN
MEJOR Y TODOS SE
DARÁN CUENTA

¡TÚ
DECIDES!

★PONDRÁS
EN RIESGO
TU VIDA Y
QUIZÁS LA
DE
ALGUIEN
MÁS
TAMBIÉN

RETOS
VIRALES

PERO NO
TE OLVIDES
DE...

SEGUIR USANDO TU CUBREBOCAS DE
FORMA CORRECTA.

GUARDAR TU SANA DISTANCIA.

PROCURAR LAVARTE LAS MANOS
CONSTANTEMENTE.

LLEVAR TU KIT DE SANITIZACIÓN QUE
INCLUYA: GEL, PAÑUELOS
DESINFECTANTES,
UN CUBREBOCAS EXTRA.

¡Gracias!

DIRECTORIO

Dirección de Educación Secundaria Técnica
Ernesto Gutiérrez Garcés

Asistencia Técnica
Cesari Rico Galeana

Subdirección Académica
Carlos Chimal Fuentes

Elaboró:
Subdirección Académica